



回 覧

(590号)

令和四年三月一日

金華婦人会会報委員会



「妙照寺」

金華ふれあいクラブ連合会
『散歩っぽ』会長 岩田好令
フレイル(虚弱)の進行予防するために考えましょう。
一日一回は外へ出しましょう。趣味ポランテアなどに積極的な人は、運動だけをしている人より、フレイルになるリスクが低いそうです。
運動が苦手でも地域の活動に参加する事が、健康作りにつながる。社会とのつながりが薄い人は、身体が衰えやすく、要介護認定を受けるリスクが高いというデータがあります。フレイルなど、心身の衰えが見られると判断された人には、保健所らが、ウォーキングを勧めたり、地域のサークル活動や老人クラブを紹介したりすることが想定されています。

「コロナウイルスのまん延により行事がほとんど出来ない中で、幸い金華地区は、川あり、金華山、神社、お寺、古い町並みと自然と歴史に恵まれています。

『散歩っぽ』と名づけて、春にはさくら・秋には岐阜公園菊花展と(月一回)のウォークを始めました。今年二月で十二回(毎回百人前後の参加)となりました。今回は「妙照寺」さんへ出かけ、堀庄職様より芭蕉と当寺のかかわりのお話しと芭蕉の宿泊したお部屋を見せて頂き、大変有意義な時を過ごしました。(三月は岐阜公園・四月は伊奈波神社を予定しています。)ただ目的地(受付)を設けて各自好きな時間(受付時間十時~十一時)に散歩をして頂く、引きこもりしない様に、

「コロナウイルスのまん延により行事がほとんど出来ない中で、幸い金華地区は、川あり、金華山、神社、お寺、古い町並みと自然と歴史に恵まれています。

令和4年3月の予定表

日 時	活動名	内 容	係
7日(月) 21日(月) 1:30~	茶 道	松尾流 川瀬先生	野田(八) 野田(美)
9日(水) 22日(火) 1:30~	華 道	池の坊 奥田先生	森(三)、 安 藤、 山 田、
2日(水) 16日(水) 1:30~	フォークダンス	世界の民族舞踊 渡辺先生	加藤(美)、 笠 原、
11日(金) 1:30~	民 踊	各地の民踊 黒川先生	河 瀬、 高橋(紀)、
18日(金) 1:30~	手 芸	パッチワーク 大谷先生	森(清)、 高橋(良)
12日(土) 26日(土) 1:30~	書 道	ペン・毛筆 野田先生	丹 羽、 宗 宮、
3日(木)	地区長会		
3日(木)	いきいきサロン		
8日(火)	初詣(一畑山薬師寺・岩津天満宮・いちご狩り)		
15日(月)	新旧合同地区長会		
29日(月)	市女連監査・反省会		

外へ出る習慣を身に付け、健康に注意してもらえればと、なんとも簡単な行事です。是非お一人でも多くふれあいクラブに加入していただき、金華の町を歩き健康な毎日を皆さんと過ごしましょう。
三月二十六日(土)の『散歩っぽ』は岐阜公園の予定です。参加をお待ちしています。



分別回収からのお知らせ
生きビン・雑ビン類は
※令和4年3月末で回収を廃止致します。
※4月以降は、週一回のビン・カン・ペットボトルの収集日に出して下さい。
宜しくお願い致します。

※2月21日(月)の分別回収収益金のご報告
紙類 10,425円
布類 94円
缶類 1,200円
ビン 52円
合計 11,771円 でした。
※次回は4月25日(月)です。雨天の場合は26日(火)です。よろしくお願ひ致します。